H. Dv. 86
M. Dv. 894
L. Dv. 86

# Feldkochbuch

Vom 4. August 1938

Unveränderter Nachdruck

Zum Einlegen in das Gerät

Berlin 1940
Gedruckt in der Reichsdruckerei

H. Dv. 86
M. Dv. 894
L. Dv. 86

# Feldkochbuch

Vom 4. August 1938

Unveränderter Nachdruck

Berlin 1940
Gedruckt in der Reichsdruckerei

# Inhalt


| | Seite |
|---|---|
| 1. Übersicht über die Gerichte | 4 |
| 2. Grundregeln und allgemeine Kochanleitungen | 12 |
| 3. Gerichte unter Verwendung von Kartoffeln | 27 |
| 4. Gerichte unter Verwendung von Gemüse | 30 |
| 5. Gerichte unter Verwendung von Graupen | 33 |
| 6. Gerichte unter Verwendung von Teigwaren | 36 |
| 7. Gerichte unter Verwendung von Hülsenfrüchten | 39 |
| 8. Gerichte unter Verwendung von Wehrmachtsuppenkonserven | 42 |
| 9. Gerichte unter Verwendung von Reis | 45 |
| 10. Gerichte unter Verwendung von Mehl | 47 |
| 11. Leitsätze für die Behandlung von Gefrierfleisch | 49 |

# 1. Übersicht über die Gerichte

| Fleisch | Gemüse[3]) und gleiche Lebensmittel | Zubereitungsart von 2 unter Verwendung von 4 |
|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
| Frisches Rindfleisch[1])<br>Frisches Schweinefleisch[1])<br>Dauerfleisch[2])<br>Kochdauerwurst<br>Konservenfleisch | Kartoffeln, frisch oder getrocknet | 1. Brühkartoffeln<br>2. Tomatenkartoffeln<br>3. Kartoffeln mit Gewürzgurke<br>4. Zwiebelkartoffeln<br>5. Selleriekartoffeln<br>6. Saure Kartoffeln<br>7. Kartoffeln mit Sauerkraut |
| Frisches Rindfleisch[1])<br>Frisches Schweinefleisch[1])<br>Dauerfleisch[2])<br>Kochdauerwurst<br>Konservenfleisch | Gemüse, frisch oder getrocknet | 1. Wirsing-, Weißkohl oder Grünkohl<br>2. Gemischtes Gemüse<br>3. Mohrrüben oder Kohlrüben<br>4. Grüne Bohnen |

[1]) Dem frischen Fleisch ist Gefrierfleisch (gefroren oder aufgetaut) gleichzusetzen. Über Behandlung von Gefrierfleisch siehe Anhang.
[2]) Schinken, Speck oder geräuchertes Rind- oder Schweinefleisch.
[3]) Unter Trockengemüse sind im folgenden sämtliche trockenen Gemüse und »getrocknete Kartoffeln« Gemüse und Kartoffeln umerzeugnisse zu verstehen, während der Ausdruck »getrocknetes Gefaßt, denen auf dem Wege der Trocknung das Wasser in erheblichem Maße entzogen worden ist.



## des Feldkochbuches.

| Zugaben | | Edelsoja |
|---|---|---|
| Gewürze | Beikost | |
| 4 | | 5 |
| Suppenkräuter, frisch oder getrocknet<br>Tomatenmark | | Dient dazu, die Speisen schmackhafter und gehaltvoller zu machen. |
| Saure Gurke | Saure Gurke | Ersetzt vor allem Fett und Ei. |
| Zwiebeln, frisch oder getrocknet<br>Sellerieknolle od. -laub, frisch oder getrocknet<br>Essig<br>Suppenkräuter, frisch oder getrocknet<br>Wacholderbeeren | Sauerkraut, frisch oder getrocknet | Verwendung vorzugsweise bei fettarmen, insbesondere Rindfleischgerichten.<br>In der 2—3fachen Menge kalten Wassers anrühren, dem fertigen Gericht beifügen und kurz aufkochen lassen. |
| Kümmel, Essig<br>Suppenkräuter, frisch oder getrocknet | Kartoffeln, frisch oder getrocknet | Desgleichen. |
| Petersilie oder Majoran, frisch oder getrocknet | Kartoffeln, frisch oder getrocknet | |
| Petersilie oder Majoran, frisch oder getrocknet | Kartoffeln, frisch oder getrocknet | |
| Bohnenkraut und Zwiebeln, frisch oder getrocknet | Kartoffeln, frisch oder getrocknet | |

| Fleisch | Gemüse[3]) und gleiche Lebensmittel | Zubereitungsart von 2 unter Verwendung von 4 |
|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
| Frisches Rindfleisch[1]) | Graupen | 1. Graupen mit Suppenkräutern |
| Frisches Schweinefleisch[1]) | | 2. Tomatengraupen |
| Dauerfleisch[2]) | | 3. Graupen mit Gewürzgurke |
| Kochdauerwurst | | 4. Zwiebelgraupen |
| Konservenfleisch | | 5. Selleriegraupen |
| | | 6. Graupen mit Kartoffeln |
| | | 7. Graupen mit Gemüse |
| Frisches Rindfleisch[1]) | Teigwaren | 1. Nudeln mit Suppenkräutern |
| Frisches Schweinefleisch[1]) | | 2. Tomatennudeln |
| Dauerfleisch[2]) | | 3. Nudeln mit Sauerkraut |
| Kochdauerwurst | | 4. Nudeln mit Backobst |
| Konservenfleisch | | |

Noten [1]), [2]) und [3]) auf den Seiten 4/5.



| Zugaben | | Edelsoja |
|---|---|---|
| Gewürze | Beikost | |
| 4 | | 5 |
| Suppenkräuter, frisch oder getrocknet<br>Hefeextrakt<br>Tomatenmark | | Dient dazu, die Speisen schmackhafter und gehaltvoller zu machen. Ersetzt vor allem Fett und Ei. Verwendung vorzugsweise bei fettarmen, insbesondere Rindfleischgerichten. In der 2—3fachen Menge kalten Wassers anrühren, dem fertigen Gericht beifügen und kurz aufkochen lassen. |
| Saure Gurke<br>Suppenkräuter, frisch oder getrocknet<br>Zwiebeln, frisch oder getrocknet<br>Sellerieknolle oder -laub, frisch oder getrocknet | Saure Gurke<br>Kartoffeln, frisch oder getrocknet<br>Gemüse, frisch oder getrocknet | |
| Suppenkräuter, frisch oder getrocknet<br>Hefeextrakt<br>Tomatenmark | | Desgleichen. |
| Wacholderbeeren | Sauerkraut, frisch oder getrocknet | |
| Zucker | Backobst | |

| Fleisch | Gemüse[3]) und gleiche Lebensmittel | Zubereitungsart von 2 unter Verwendung von 4 |
|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
| Frisches Rindfleisch[1]) | Hülsenfrüchte | 1. Hülsenfrüchte einfach |
| Frisches Schweinefleisch[1]) | | 2. Hülsenfrüchte mit Mohrrüben oder gemischtem Gemüse |
| Dauerfleisch[2]) | | 3. Hülsenfrüchte mit Gewürzgurke |
| Kochdauerwurst | | 4. Hülsenfrüchte mit Sauerkraut |
| Konservenfleisch | | |
| Frisches Rindfleisch[1]) | Wehrmachtsuppenkonserven | 1. Wehrmachtsuppenkonserve einfach |
| Frisches Schweinefleisch[1]) | | 2. Wehrmachtsuppenkonserve mit Kartoffeln |
| Dauerfleisch[2]) | | 3. Wehrmachtsuppenkonserve mit Gemüse |
| Kochdauerwurst | | 4. Wehrmachtsuppenkonserve mit Sauerkraut |
| Konservenfleisch | | |

Noten [1]), [2]) und [3]) auf den Seiten 4/5.



| Zugaben | | Edelsoja |
|---|---|---|
| Gewürze | Beikost | |
| 4 | | 5 |
| Suppenkräuter und Majoran, frisch oder getrocknet | | Dient dazu, die Speisen schmackhafter und gehaltvoller zu machen. Ersetzt vor allem Fett und Ei. Verwendung vorzugsweise bei fettarmen, insbesondere Rindfleischgerichten. In der 2—3fachen Menge kalten Wassers anrühren, dem fertigen Gericht beifügen und kurz aufkochen lassen. |
| Petersilie oder Majoran, frisch oder getrocknet | Mohrrüben oder gemischt. Gemüse, frisch oder getrocknet | |
| Saure Gurke | Saure Gurke | |
| Wacholderbeeren | Sauerkraut, frisch oder getrocknet | |
| Speisenwürze | | Desgleichen. |
| Suppenkräuter, frisch oder getrocknet | Kartoffeln, frisch oder getrocknet | |
| Speisenwürze | Gemüse, frisch oder getrocknet | |
| Wacholderbeeren | Sauerkraut, frisch oder getrocknet | |

| Fleisch | Gemüse[3]) und gleiche Lebensmittel | Zubereitungsart von 2 unter Verwendung von 4 |
|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
| Frisches Rindfleisch[1]) | Reis | 1. Brühreis mit Suppenkräutern |
| Frisches Schweinefleisch[1]) | | 2. Tomatenreis |
| Dauerfleisch[2]) | | 3. Reis mit Gewürzgurke |
| Kochdauerwurst | | 4. Zwiebelreis |
| Konservenfleisch | | |
| Frisches Rindfleisch[1]) | Mehl | 1. Mehlsuppe mit Suppenkräutern |
| Frisches Schweinefleisch[1]) | | 2. Tomatensuppe |
| Dauerfleisch[2]) | | |
| Kochdauerwurst | | |
| Konservenfleisch | | |

Noten [1]), [2]) und [3]) auf den Seiten 4/5.



| Zugaben | | Edelsoja |
|---|---|---|
| Gewürze | Beikost | |
| 4 | | 5 |
| Suppenkräuter, frisch oder getrocknet<br>Hefeextrakt<br>Tomatenmark<br>Saure Gurke<br>Zwiebeln, frisch oder getrocknet | Saure Gurke | Dient dazu, die Speisen schmackhafter und gehaltvoller zu machen.<br>Ersetzt vor allem Fett und Ei.<br>Verwendung vorzugsweise bei fettarmen, insbesondere Rindfleischgerichten.<br>In der 2—3fachen Menge kalten Wassers anrühren, dem fertigen Gericht beifügen und kurz aufkochen lassen. |
| Suppenkräuter, frisch oder getrocknet<br>Zwiebeln, frisch oder getrocknet<br>Hefeextrakt<br>Tomatenmark | | Desgleichen. |

## 2. Grundregeln und allgemeine Kochanleitungen.

Im Felde stehen geeignete Lebensmittel nur in beschränkter Auswahl zur Verfügung.

**Gute und schmackhafte Zubereitung**

von Eintopfgerichten in den Feldküchen unter sorgfältigster Verwendung von Gewürzen und Beikost, die den weichlichen Geschmack verbessern, ist daher eine Grundforderung.

Folgende Grundregeln und Kochvorschriften müssen beobachtet werden:

1. Die Feldküchenkost soll die Verpflegungsteilnehmer nicht nur sättigen, sondern gesund und leistungsfähig erhalten. Sie muß daher der allgemeinen Geschmacksrichtung entsprechend sorgfältig zubereitet und möglichst abwechslungsreich gestaltet werden. Keinesfalls darf sie in eine sich immer wiederholende, mit Unlust aufgenommene Massenspeisung ausarten. Die Herstellung der Feldküchenkost ist daher eine verantwortungsvolle und hohe Aufgabe.
2. Besonderes Gewicht ist auf die richtige und zweckmäßige Behandlung, Verarbeitung und Zubereitung der Lebensmittel zu legen, damit ursprüngliche Zusammensetzung und Wert ihrer Nähr-, Geschmacks- und Ergänzungsstoffe erhalten



bleiben. Die wahre Kochkunst besteht darin, aus den einfachsten Lebensmitteln eine gut zubereitete und abwechslungsreiche Kost herzustellen. Dem Verpflegungsteilnehmer darf kaum bewußt werden, daß die Gerichte als Massenspeisen im Kessel zubereitet worden sind.

Grundregeln:

a) Fleisch, Gemüse und Kartoffeln (wie auch andere Lebensmittel) in nicht zerkleinertem Zustand unmittelbar vor der Herstellung kurz, aber gründlich waschen, damit sie möglichst wenig ausgelaugt werden.

b) Abfall beim Putzen der Gemüse und Schälen der Kartoffeln auf das Unvermeidliche einschränken.

c) Gemüse- und Kartoffel-Einweichwasser beim Kochen mitverwenden.

d) Gerichte so kurz wie möglich im festverschlossenen Kessel garkochen, Kochzeit nicht länger ausdehnen, als die Gerichte zum Garwerden brauchen bzw. als in den einzelnen Kochanweisungen angegeben ist. Dadurch wird das »Totkochen« (Vernichtung der Nähr-, Ergänzungs- und Geschmacksstoffe) verhindert. Nur bei Nichteinweichen von Trockengemüsen sowie Backobst verlängert sich die Garzeit.

e) Kampf dem Verderb und der Vergeudung von Lebensmitteln und Speiseresten.

**Besondere Regeln für die einzelnen Lebensmittel:**

### a) Fleisch

(1) Frischfleisch. In ganzen Stücken kurz waschen. Nicht im Wasser liegen lassen. Wasser laugt die Nährstoffe aus!

Frischfleisch immer in kochendes oder heißes Wasser geben, wenn der kräftige Fleischgeschmack erhalten bleiben soll; in kaltem Wasser ansetzen, wenn kräftige Brühe gewünscht wird.

(2) Frisches Hackfleisch nur dann verwenden, wenn frisch geschlachtetes, unabgehangenes Fleisch verbraucht werden muß, da nicht abgehangenes Fleisch schlecht bekömmlich ist und sehr lange zum Garwerden braucht. Aus frischem Hackfleisch können — wenn die Zeit ausreicht — in Verbindung mit eingeweichtem Brot oder Feldzwieback und Gewürzen auch Fleischklöße hergestellt werden, die im fast garen Gericht kurze Zeit kochen und dann darin garziehen müssen.

(3) Das Fleisch ist rechtzeitig von den Knochen zu lösen, damit diese im Gericht mitkochen oder zur Herstellung einer Brühe ausgekocht werden können (Vorsicht bei zerschlagenen oder zersägten Knochen wegen der sich häufig erst beim Kochen ablösenden Splitter. Im Leinenbeutel abkochen!)

(4) Fleischkonserven sind kurz vor der Essensausgabe unter das gare Gericht zu mengen und nur darin zu erwärmen und nicht mehr zu kochen, da das Fleisch sonst faserig wird, seinen Geschmack verliert und zerfällt.



(5) Kochdauerwurst ist immer nur in das gare oder fast gare Gericht zu geben; sie darf darin nur kurz aufkochen und muß dann garziehen.

(6) Das gare Fleisch wird zweckmäßig in Portionsstücke geschnitten und nur auf Wunsch der Verpflegungsteilnehmer in Würfel zerkleinert wieder unter das Gericht gemengt.

### b) Fett

muß hinzugegeben werden zu fleischlosen Gerichten (z. B. Nudeln mit Backobst) und fleisch- oder fettarmen Gerichten. (Z. B. Hülsenfruchtsuppe mit Würstchen oder Gemüsegerichte mit Kalbfleisch). Diese Speisen werden schmackhafter, wenn je Kopf bis 15 g Fett hinzugegeben werden.

### c) Gemüse

Die wichtigsten Nährsalze und Vitamine im Gemüse sind im Wasser löslich; deshalb darf gereinigtes und zerkleinertes Gemüse nicht im Wasser liegen bleiben. Am besten wird es kurz vor der Zubereitung schnell gewaschen und in kochendes Wasser gegeben. Getrocknetes Gemüse ist möglichst mehrere Stunden einzuweichen und im Einweichwasser zum Kochen zu bringen. Es ist dann wesentlich ergiebiger und benötigt zum Garwerden nur die in der Koch-

anweisung angegebene Garzeit. Wird getrocknetes Gemüse nicht vorher eingeweicht, so verlängert sich die Garzeit um etwa eine halbe bis dreiviertel Stunde. — Es muß mit allen Mitteln angestrebt werden, frisches Gemüse bei sich jeder bietenden Gelegenheit wegen des höheren Nährwertes und der größeren Abwechslung zu verabreichen.

### d) Hülsenfrüchte

sind, wenn möglich, mehrere Stunden einzuweichen und im Einweichwasser zum Kochen zu bringen. Garzeit etwa 3 Stunden. Nicht eingeweichte Hülsenfrüchte benötigen eine Verlängerung der Garzeit von 1 Stunde.

### e) Kartoffeln

Getrocknete Kartoffeln kurz kalt waschen und, wenn möglich, 1—2 Stunden einweichen. Einweichwasser zum Kochen mitverwenden. Frischkartoffeln sind, soweit angängig, als Pellkartoffeln zuzubereiten, z. B. zu Fleisch-, Wurst- und Fischkonserven. Wenn irgend möglich, sind Frischkartoffeln zu verwenden, sei es auch nur in kleinsten zusätzlichen Mengen.

### f) Teigwaren

Nudeln sind immer in kochendes Wasser zu geben und nur so lange zu kochen (15 Min.), bis sie gar sind. Sie dürfen nicht breiig werden. Zu häufiges Umrühren ist daher zu vermeiden.



### g) Reis und Mühlenerzeugnisse

(1) Reis immer in kochendes Wasser geben.

(2) Graupen und Grütze, wenn möglich, mehrere Stunden vor dem Kochen einweichen und im Einweichwasser zum Kochen bringen.

(3) Flocken und Grieß unter ständigem Rühren trocken und langsam in kochende Flüssigkeit geben.

(4) Mehl immer kalt anrühren.

## 3. Das Würzen der Feldküchengerichte

Das beste Würzen der Speisen und die Bildung neuer Geschmackstoffe liegt am guten und sorgfältigen Kochen. Erst in zweiter Linie hängt der gute Geschmack der Feldküchengerichte von Würzmitteln ab. Im wesentlichen kommt es dabei auf die richtige Auswahl und die notwendigen Mengen der Gewürze an. Neben dem Salz eignen sich für die Feldküchengerichte

a) einheimische Feld- und Gartenkräuter (Suppenkräuter): Petersilie, Sellerie, Porree (Lauch), Zwiebeln, Bohnenkraut, Majoran, Thymian, Dill.

Ihre vielseitige Verwendungsmöglichkeit in richtiger Zusammenstellung ermöglicht große Abwechslung im Geschmack der Feldküchengerichte. Sie werden getrocknet als Laub (Blätter), als kleine Stückchen oder als Kräuterpulver geliefert und sind ohne weiteres verwendungsbereit. Wenn erhältlich, können auch

frische Kräuter verwendet werden, die besonders wohlschmeckend sind. Frische Kräuter sind gewaschen und fein gehackt unter die garen Gerichte zu mengen. Nicht mitkochen, da sie dabei Farbe und Wohlgeschmack verlieren! Kräuterpulver werden kurz im fertigen Gericht aufgekocht, getrocknete Blätter dagegen müssen etwa 1 Stunde im Gericht mitgekocht werden.

b) Gewürze aus deutschen Früchten und Samen:

Kümmel, Wacholderbeeren, Senfkörner, Tomatenmark sowie Gewürzgurken

haben ein besonderes Aroma und sind nur für bestimmte Gerichte zu verwenden.

c) Kolonialgewürze:

Pfeffer, Lorbeerblatt, Pimentkörner (Gewürzkörner).

Diese Gewürze sind nur in geringen Mengen zu verwenden, da zu starke Zugabe die Wesensart des Gerichtes zerstört und dem menschlichen Körper schädlich ist.

d) Speisenwürze (vor allem Hefeextrakt)

ist nur in geringen Mengen zu verwenden, da sie allen Gerichten den gleichen einheitlichen Geschmack verleiht. Niemals darf in einem Gericht die Speisenwürze im Geschmack vorherrschen. Über Art, Menge, Verwendungsmöglichkeit und Kochzeit der Gewürze vergleiche nachstehende Tabelle.



## 4. Gewürz- und Kräutertabelle.

| Gewürzart: | Menge je Kopf (1 l Essen) | Verwendungsmöglichkeit | Kochzeit |
|---|---|---|---|
| a) Salz<br>Essig<br>Öl | 15 g<br>0,01 l<br>0,01 l (bei fleischlosen Gerichten 0,03 l) | zu allen Gerichten<br>im Bedarfsfalle an Stelle von Fett | bei Kochbeginn hinzugeben |
| **b) Suppenkräuter** | | | |
| Petersilie | frisch bis zu 10 g, getrocknet und gemahlen bis zu 2,5 g | zu dicken Suppen, Möhren-, Kohlrüben-, Kartoffel- und Fischgerichten sowie gemischtem Gemüse | frisch: hacken, ans gare Gericht geben; gemahlen: ans fast gare Gericht geben; getrocknet: etwa ¾ Std. mitkochen. |
| Sellerie | frisch bis zu 15 g, getrocknet und gemahlen bis zu 2,5 g | zu dicken Suppen, Kartoffel-, Graupen-, Reis- und Hülsenfruchtgerichten, Möhren sowie gemischtem Gemüse | frisch und getrocknet: ¾ Std. mitkochen lassen: gemahlen: ans fast gare Gericht geben |
| Porree (Lauch) | frisch 15 g, getrocknet 2,5 g | zu dicken Suppen, Graupen-, Reis-, Kartoffel- und Hülsenfruchtgerichten | frisch und getrocknet: ¾ Std. mitkochen lassen; gemahlen: ans fast gare Gericht geben |

| Gewürzart | Menge je Kopf (1 l Essen) | Verwendungsmöglichkeit | Kochzeit |
|---|---|---|---|
| Schnittlauch | frisch 15 g | zu dicken Suppen, Möhren-, Bohnen-, Kartoffel- und Fischgerichten | frisch: fein schneiden und unter das gare Gericht mengen |
| Zwiebeln | frisch 10 g, getrocknet 2,5 g | außer zu Teigwaren zu fast allen Gerichten geeignet, besonders zu kräftig gewürzten und säuerlichen Gerichten | in Würfel geschnitten ½ bis 1 Std. mitkochen lassen. (Vgl. auch Kochanweisungen) |
| Bohnenkraut | frisch bis zu 15 g, getrocknet oder gemahlen bis zu 0,25 g | zu Bohnen-, Hülsenfruchtgerichten und Kartoffelsuppen | 1 Std. mitkochen lassen |
| Majoran | frisch bis zu 10 g, getrocknet oder gemahlen bis zu 0,2 g | zu Erbsensuppen und Kartoffelgerichten | etwa 1 Std. mitkochen lassen. |
| Thymian | frisch bis zu 10 g, getrocknet oder gemahlen bis zu 0,2 g | zu Erbsensuppen, sauren und Fischgerichten | etwa 1 Std. mitkochen lassen |



| Gewürzart | Menge je Kopf (1 l Essen) | Verwendungsmöglichkeit | Kochzeit |
|---|---|---|---|
| Dill | frisch 10 g, getrocknet 2,5 g | zu säuerlichen und Fischgerichten | frisch: hacken und unter das gare Gericht mengen; getrocknet: etwa ½ Std. mitkochen lassen |
| **c) Gewürze aus deutschen Früchten und Samen** | | | |
| Kümmel | bis zu 0,5 g | zu Wirsing-, Weißkohl- und Kartoffelgerichten | zu Beginn der Kochzeit hinzugeben und mitkochen lassen |
| Wacholderbeeren | bis zu 1 g | zu Sauerkrautgerichten | zu Beginn der Kochzeit hinzugeben und mitkochen lassen |
| Senfkörner<br>Senf | bis zu 2,5 g<br>2,5 g | zu säuerlichen Kartoffel-, Graupen-, Reis-, Fisch- und Gurkengerichten | zu Beginn der Kochzeit hinzugeben und mitkochen lassen |

| Gewürzart | Menge je Kopf (1 l Essen) | Verwendungsmöglichkeit | Kochzeit |
|---|---|---|---|
| Tomatenmark als Gewürz | 10 g | zu Graupen-, Reis-, Teigwaren (Nudel- und Kartoffelgerichten) | kalt unter das gare Gericht mengen |
| zur Verwendung als Geschmacksträger wie bei Tomatennudeln, Tomatenreis usw. | 50 g | | |
| Gewürz-, Essig- oder Salzgurken | ½ bis 1 Gurke (etwa 50 g) | zu säuerlichen Kartoffel-, Graupen-, Reis- und Fleischgerichten | in kleine Würfel geschnitten unter das gare Gericht mengen. Nicht kochen lassen |
| **d) Speisenwürze** (insbesondere Hefeextrakt) | je nach Art der Würze 1 bis 4 g | zu allen Gerichten außer zu süßen Milch- und Obstspeisen | |
| **e) Kolonialgewürze** | | | |
| Pfeffer | bis zu 0,1 g | zu Gemüse-, Graupen-, Kartoffel- und Hülsenfruchtgerichten | gemahlenen Pfeffer an das fertige Gericht geben; Pfefferkörner mitkochen |



| Gewürzart | Menge je Kopf (1 l Essen) | Verwendungsmöglichkeit | Kochzeit |
|---|---|---|---|
| Lorbeerblätter | bis zu 0,05 g (¼ Blatt) | zu kräftig gewürzten und säuerlichen Kartoffel-, Graupen-, Reis- und Gemüsegerichten | zu Beginn der Kochzeit hinzugeben |
| Pimentkörner (Gewürzkörner) | bis zu 0,6 g (2 Stück) | zu kräftig gewürzten und säuerlichen Kartoffel-, Graupen-, Reis- und Gemüsegerichten | zu Beginn der Kochzeit hinzugeben |

## 5. Edelsoja.

Der zu fettarmen Gerichten — insbesondere Rindfleischgerichten — vorgesehene Zusatz an Edelsoja — im allgemeinen 3 × 10 g (oder 6 × 5 g) je Kopf und Woche — hat den Zweck, die Kost mit Eiweiß und Fett anzureichern und Ei zu ersetzen, die Speisen geschmacklich zu verbessern und der Ermüdung des Soldaten, die auf eine Übersäuerung in den Muskeln zurückzuführen ist, entgegenzuwirken.

Edelsoja ist durch den hohen Wert seines Eiweißes imstande, Fleischeiweiß zu ersetzen. Der Körper des Soldaten verbraucht besonders viel Eiweiß. Das Edelsoja besitzt auch andere Nähr- und Gesundheitsstoffe in

reicher Menge. Der Zusatz zum Feldküchengericht erhöht also dessen Nähr- und Sättigungswert.

1 kg Edelsoja hat den gleichen Eiweiß- und Fettgehalt wie

54 Hühnereier oder
2½ kg schieres Rindfleisch oder
7½ l Vollmilch.

1 Eßlöffel Edelsoja = 20 g entspricht dem Eiweiß und Fettgehalt eines Hühnereies.

Durch die Verwendung von Edelsoja entstehen unmittelbare Ersparnisse an Fett, Eiern und Milch.

### Kochvorschrift:

In allen Verwendungsarten von Edelsoja muß es mit der zwei- bis dreifachen Menge Wasser angerührt und erst kurz vor dem Fertigkochen an das Gericht gegeben werden, um seinen Gehalt an Gesundheitsstoffen zu schonen. Hierdurch werden die Feldküchengerichte nicht nur gehaltvoller und sättigender, sondern auch besonders schmackhaft. Wenn ein kurzes Mitkochen nicht möglich sein sollte, so ist das Edelsoja vorher in heißem Wasser anzurühren.

## 6. Hefeextrakt und Tomatenmark.

Vom Vitaminstandpunkt aus ist — besonders bei dem zu häufigen Totkochen der Speisen infolge nicht rechtzeitiger Einnahme der Mittagsmahlzeit — der Gehalt an Vitaminen, wenn nicht in anderer Weise möglich, durch Würzung mit Hefeextrakt und Tomatenmark unter Zugabe an das Gericht kurz vor der Essenausgabe zu ergänzen.



## 7. Kleine technischen Hilfen.

a) Gerichte, die zu suppig sind, können mit Mehl, Grieß, Grütze, Flocken oder Kartoffelmehl, Kartoffelflocken, Kartoffelgrieß oder geriebenen Frischkartoffeln gebunden werden.

b) Dicke Suppen und die meisten Gerichte können im Geschmack verbessert werden durch Zugabe von gerösteten Zwiebeln oder gerösteten Speck, Mehl, Grieß und Feldzwieback. Rösten über offenem Feuer in einer größeren Kelle, einer Pfanne oder in einem Kessel, nicht aber im Feldküchenkessel oder Kaffeekessel der Feldküche.

c) Die Fleischhackmaschine (Fleischwolf) zerkleinert nicht nur Fleisch und Gemüse, sondern auch Zwiebeln, Suppengrün (wenn dieses schnell gar werden soll), frische Kartoffeln, Brot und Feldzwieback (zu Bindemitteln und Beigaben zu Suppen und Hackfleisch). Sie ist möglichst vielseitig zu verwenden.

d) Zum Einweichen von getrocknetem Gemüse, getrockneten Kartoffeln, Graupen, Hülsenfrüchten und Backobst können neben Eimern und Kaffeekessel auch die Speisenträger verwendet werden.

Später hinzugegebene kalte Flüssigkeit unterbricht und hemmt den Kochvorgang und das Garwerden der Speisen stark. Die Gerichte sind in festverschlossenem Kessel zu kochen. Zu Beginn der Kochzeit sind je Mann höchstens ¾ l Wasser anzusetzen. Ist eine größere Menge Wasser nötig, d. h. sollen die Speisen bei Aus-

gabe des Essens dünner sein, so sind zunächst die Speisen dicker zu kochen, um später mit kochendem Wasser aus dem Kaffeekessel auf die nötige Literzahl gebracht zu werden.

### 8. Behelfsmäßige Gewichtsangaben in Ermangelung einer Waage.

Es wiegen:

| | | |
|---|---|---|
| 1 Eßlöffel | mit Milch oder Wasser | etwa 20 g |
| 1 » | » Mehl gehäuft | » 20 g |
| 1 » | » Edelsoja gehäuft | » 15 g |
| 1 » | » Zucker gestrichen | » 20 g |
| 1 » | » Öl | » 15 g |
| 1 » | » Butter oder Margarine | » 20 g |
| 1 Würfel Zucker | | » 6 g |
| 1 Eßlöffel gestrichen Kochsalz | | » 25 g |
| 1 Prise Kochsalz | | » 2 g |
| Inhalt eines Kochgeschirrs | | 1750 g ($1^3/_4$ l) |
| » » Kochgeschirrdeckels | | 500 g ($^1/_2$ l) |
| » » Suppentellers | | 200 g ($^1/_5$ bis $^1/_4$ l) |
| » einer Tasse (Normalgröße) | | 150 g (etwa $^1/_8$ l) |
| » eines Wasserglases | | 150 g ( » $^1/_7$ l) |



## 3. Gerichte unter Verwendung von Kartoffeln.

1.

### Grundgericht.

**Brühkartoffeln und frisches Rind- oder Schweinefleisch oder Dauerfleisch oder (1) Kochdauerwurst oder (2) Konservenfleisch.**

| | |
|---|---|
| Fleisch 30 g frische oder 2,5—3 g getrocknete Suppenkräuter Salz nach Geschmack | in kochendes Wasser geben und etwa $2^1/_2$ Std. kochen lassen (Schweinefleisch nur etwa $1^1/_2$ Std.). |
| 1 500 g frische oder 150 g getrocknete Kartoffeln | hinzugeben und garkochen lassen, etwa noch $^3/_4$ Std. |
| Abschmecken mit ... | Salz und Gewürzen je nach Zubereitungsart. |

Bemerkung: Bei Verwendung von getrockneten Kartoffeln ist das Einweichwasser mitzuverwenden.

(1) Kochdauerwurst .... in das fertige Gericht geben, kurz durchkochen und dann garziehen, nicht mehr kochen lassen.

(2) Konservenfleisch .... erst kurz vor der Essenausgabe unter das gare Gericht mengen und nur darin erwärmen, nicht mehr kochen lassen.

## Andere Arten des Gerichts.

### 2. Tomatenkartoffeln.

Das gare Gericht ist mit Tomatenmark bis zu 50 g abzuschmecken. Statt der Suppenkräuter sind Zwiebeln zu verwenden.

### 3. Kartoffeln mit Gewürzgurken.

Bis zu 50 g Gewürzgurken (etwa 1 mittelgroße Gurke) sind in Würfel zu schneiden und erst kurz vor der Essenausgabe unter das gare Gericht zu mengen, also nicht mehr zu kochen.

### 4. Zwiebelkartoffeln.

Statt der Suppenkräuter sind bis zu 50 g frische oder 5 g getrocknete Zwiebeln im Gericht mitzukochen.

### 5. Selleriekartoffeln.

Statt der Suppenkräuter sind bis zu 50 g frische oder 5 g getrocknete Sellerie und einige Zwiebeln im Gericht mitzukochen.

### 6. Saure (Essig-) Kartoffeln.

Das gare Gericht ist mit Essig (bis zu 0,01 l) abzuschmecken.



### 7. Kartoffeln mit Sauerkraut.

| | |
|---|---|
| 225 g Sauerkraut oder<br>25 g getrocknetes, vorher eingeweichtes Sauerkraut<br>einige Wacholderbeeren | ungewässert mit so viel Wasser ansetzen, daß es knapp bedeckt ist und zum Kochen bringen. |
| Fleisch ..... | hinzugeben und etwa $^3/_4$ bis 1 Std. kochen lassen. |
| 750 g frische oder<br>75 g getrocknete Kartoffeln | hinzugeben und alles garkochen lassen, etwa noch $^3/_4$ Std. |
| Abschmecken mit..... | Salz. |

# 4. Gerichte unter Verwendung von Gemüse.

## Grundgericht.

1. **Wirsing- oder Weiß- oder Grünkohl, Kartoffeln und frisches Rind- oder Schweinefleisch oder Dauerfleisch oder (1) Kochdauerwurst oder (2) Konservenfleisch.**

| | |
|---|---|
| Fleisch<br>Salz nach Geschmack | in kochendes Wasser geben und etwa 1 1/2 Std. kochen lassen, (Schweinefleisch nur 3/4 Std.). |
| 600 g frischer oder 30 g getrockn. Wirsing- od. Weiß- od. Grünkohl<br>etwas Kümmel | hinzugeben und etwa 1/2 Std. weiterkochen lassen. |
| 750 g frische oder 75 g getrocknete Kartoffeln | hinzugeben und garkochen lassen, etwa noch 3/4 Std. |
| Abschmecken mit ... | Salz und Petersilie. (Hefeextrakt). |

Bemerkungen: Bei dem Frischgemüse bezieht sich der Mengensatz auf ungeputztes Gemüse.
Bei Verwendung von getrocknetem Gemüse oder getrockneten Kartoffeln ist das Einweichwasser mitzuverwenden.
(1) Kochdauerwurst in das fertige Gericht geben, kurz durchkochen und dann garziehen, nicht mehr kochen lassen.
(2) Konservenfleisch erst kurz vor der Essenausgabe unter das gare Gericht mengen und nur darin erwärmen, nicht mehr kochen lassen.



## Andere Arten des Gerichts.

2. **Gemischtes Gemüse und Kartoffeln.**

| | |
|---|---|
| Fleisch<br>Salz nach Geschmack | in kochendes Wasser geben und etwa 1 1/4 Std. kochen lassen (Schweinefleisch nur 1/2 Std.). |
| 600 g frisches oder 30 g getrocknetes Gemischtes Gemüse | hinzugeben und 3/4 Std. weiterkochen lassen. |
| 10 g frische oder 2,5 g getrocknete Zwiebeln<br>750 g frische oder 75 g getrocknete Kartoffeln | hinzugeben und garkochen lassen, etwa noch 3/4 Std. |
| Abschmecken mit..... | Salz und Petersilie, Dill, Bohnenkraut je nach Gemüse. |

3. **Möhren (Mohrrüben) oder Kohlrüben (gelbe Rüben, Steckrüben) und Kartoffeln.**

An Stelle von gemischtem Gemüse sind bis zu 600 g frische oder 30 g getrocknete Möhren oder Kohlrüben zu verwenden.

Abschmecken mit Salz und Petersilie.

## Grüne Bohnen und Kartoffeln.

| | |
|---|---|
| Fleisch<br>Salz nach Geschmack | in kochendes Wasser geben und etwa 1½ Std. kochen lassen (Schweinefleisch nur ¾ Std.). |
| 600 g frische oder<br>30 g getrocknete grüne Bohnen<br>10 g frische oder<br>2,5 g getrocknete Zwiebeln<br>etwas Bohnenkraut | Bohnen mit Einweichwasser und den Zutaten hinzugeben und etwa ½ bis ¾ Std. weiterkochen lassen. |
| 750 g frische oder<br>75 g getrocknete Kartoffeln | hinzugeben und alles garkochen lassen, etwa noch ¾ Std. |
| Abschmecken mit..... | Salz, Bohnenkraut und Petersilie. |



# 5. Gerichte unter Verwendung von Graupen.

1.

### Grundgericht.

**Graupen und frisches Rind- oder Schweinefleisch oder Dauerfleisch oder (1) Kochdauerwurst oder (2) Konservenfleisch.**

| | |
|---|---|
| 100 g Graupen.... | in kaltem Wasser (Einweichwasser) zum Kochen bringen. |
| Fleisch<br>30 g frische oder<br>2,5—3 g getrocknete Suppenkräuter<br>Salz nach Geschmack | hinzugeben und alles garkochen lassen, etwa 3 Std. (Schweinefleisch nur etwa 2 Std.). |
| Abschmecken mit ... | Salz, Hefeextrakt, Sellerie, Petersilie, Bohnenkraut. |
| (1) Kochdauerwurst .... | in das fertige Gericht geben, kurz durchkochen und dann garziehen, nicht mehr kochenlassen. |
| (2) Konservenfleisch .... | erst kurz vor der Essenausgabe unter das gare Gericht mengen und nur darin erwärmen, nicht mehr kochen lassen. |

## Andere Arten des Gerichts.

### 2. Tomatengraupen.

Das gare Gericht ist mit Tomatenmark bis zu 50 g abzuschmecken. Statt der Suppenkräuter sind Zwiebeln zu verwenden.

### 3. Graupen mit Gewürzgurken.

Bis zu 50 g Gewürzgurken (etwa 1 mittelgroße Gurke) sind in Würfel zu schneiden, erst kurz vor der Essenausgabe unter das gare Gericht zu mengen und nur darin zu erwärmen, nicht mehr zu kochen.

### 4. Zwiebelgraupen.

Statt der Suppenkräuter sind bis zu 50 g frische oder 5 g getrocknete Zwiebeln zu verwenden.

### 5. Selleriegraupen.

Statt der Suppenkräuter sind bis zu 50 g frische oder 5 g getrocknete Sellerie und einige Zwiebeln im Gericht mitzukochen.



### 6. Graupen mit Kartoffeln.

| | |
|---|---|
| 65 g Graupen<br>30 g frische oder<br>2,5—3 g getrocknete Suppenkräuter<br>Salz nach Geschmack | in kaltem Wasser (Einweichwasser) zum Kochen bringen. |
| Fleisch ..... | hinzugeben und etwa $2^1/_2$ Std. kochen lassen (Schweinefleisch nur etwa $1^1/_4$ Std.). |
| 750 g frische oder<br>75 g getrocknete Kartoffeln | hinzugeben und garkochen lassen, etwa noch $^3/_4$ Std. |
| Abschmecken mit..... | Salz, Petersilie und Zwiebeln. |

### 7. Graupen mit Gemüse, besonders mit Grünkohl.

Statt der Kartoffeln im vorhergehenden Gericht sind bis zu 600 g frisches oder 30 g getrocknetes Gemüse je nach Art des Gemüses $^1/_2$ bis 2 Std. mitzukochen.

Bemerkung: Bei dem Frischgemüse bezieht sich der Mengensatz auf ungeputztes Gemüse.

# 6. Gerichte unter Verwendung von Teigwaren.

1.

## Grundgericht.

**Nudeln und frisches Rind- oder Schweinfleisch oder Dauerfleisch oder (1) Kochdauerwurst oder (2) Konservenfleisch.**

| | |
|---|---|
| Fleisch<br>30 g frische oder 2,5—3 g getrockn. Suppenkräuter<br>Salz nach Geschmack | in kochendes Wasser geben und fast garkochen lassen, etwa 2½ Std. (Schweinefleisch nur etwa 1½ Std. |
| 180 g Nudeln .... | hinzugeben und alles langsam garkochen lassen, etwa 15 Minuten. |
| Abschmecken mit ... | Salz und Hefeextrakt. |
| (1) Kochdauerwurst .... | in das fertige Gericht geben, kurz durchkochen und dann garziehen, nicht mehr kochen lassen. |
| (2) Konservenfleisch .... | erst kurz vor der Essenausgabe unter das gare Gericht mengen und nur darin erwärmen, nicht mehr kochen lassen. |



## Andere Arten des Gerichts.

**2. Tomatennudeln.**

Das gare Gericht ist mit Tomatenmark bis zu 50 g abzuschmecken. Statt Suppenkräuter sind Zwiebeln zu verwenden.

**3. Nudeln mit Sauerkraut.**

| | |
|---|---|
| 150 g Sauerkraut<br>einige Wacholderbeeren | ungewässertes Sauerkraut knapp mit Wasser bedecken und zum Kochen bringen. |
| Fleisch ..... | hinzugeben und etwa 1½ Std. kochen lassen. |
| 120 g Nudeln ..... | unter das Sauerkraut mengen und langsam alles garkochen lassen, etwa noch 15 Minuten. |
| Abschmecken mit..... | Salz, wenn zu sauer auch mit etwas Zucker. |

**4. Nudeln mit Backobst.**

| | |
|---|---|
| Fleisch<br>Salz nach Geschmack | in kochendes Wasser geben und etwa 2 Std. kochen lassen (Schweinefleisch nur 1 Std.). |

| | |
|---|---|
| 80 g Backobst ..... | hinzugeben und etwa 1/4 Std. weiterkochen (wenn möglich Einweichwasser mit verwenden). |
| 120 g Nudeln ..... | hinzugeben und etwa noch 15 Minuten kochen lassen. |
| Abschmecken mit..... | Salz und Zucker. |

Bemerkungen: Als Fleisch eignet sich magerer Rauch-Speck oder Dauerfleisch. Wird das Gericht ohne Fleisch gegessen, so sind 10 g Fett mitzukochen.



# 7. Gerichte unter Verwendung von Hülsenfrüchten.

## Grundgericht.

1. **Erbsen oder Bohnen oder Linsen und frisches Rind- oder Schweinefleisch oder Dauerfleisch oder (1) Kochdauerwurst oder (2) Konservenfleisch.**

| | |
|---|---|
| 180 g Erbsen oder Bohnen oder Linsen | in kaltem Wasser (Einweichwasser) zum Kochen bringen und etwa 1 Std. kochen lassen. |
| Fleisch 30 g frisches oder 2,5—3 g getr. Suppenkräuter | hinzugeben und garkochen lassen, etwa 2 Std. |
| Abschmecken mit ... | Salz und Zwiebeln, Bohnenkraut, Thymian, Majoran. |
| (1) Kochdauerwurst .... | in das fertige Gericht geben, kurz durchkochen und dann garziehen, nicht mehr kochen lassen. |
| (2) Konservenfleisch .... | erst kurz vor der Essenausgabe unter das gare Gericht mengen und nur darin erwärmen, nicht mehr kochen lassen. |

## Andere Arten des Gerichts.

**2. Erbsen oder Bohnen oder Linsen mit Möhren (Mohrrüben) oder Gemischtem Gemüse.**

90 g Erbsen..... in kaltem Wasser (Einweichwasser) zum Kochen bringen, etwa 1 Std. kochen lassen.

Fleisch
10 g frische oder
2,5 g getrocknete Zwiebeln
Salz nach Geschmack
} hinzugeben und etwa 1 Std. kochen lassen.

600 g frisches oder
30 g getrocknetes Gemüse (Möhren oder Gemischtes Gemüse)
} hinzugeben und garkochen lassen, etwa noch 1 Std. je nach Gemüseart.

Abschmecken mit..... Salz und Majoran oder Petersilie.

**3. Erbsen oder Bohnen oder Linsen mit Gewürzgurken und Kartoffeln.**

Bis zu 50 g Gewürzgurken (etwa 1 mittelgroße Gurke) sind in Würfel zu schneiden und erst kurz vor der Essenausgabe unter das gare Gericht zu mengen, also nicht mehr zu kochen.



**4. Erbsen oder Bohnen oder Linsen mit Sauerkraut.**

140 g Erbsen..... in kaltem Wasser (Einweichwasser) zum Kochen bringen und etwa 1 Std. kochen lassen.

Fleisch
125 g frisches oder
15 g getrocknetes, vorher eingeweichtes Sauerkraut
einige Wacholderbeeren
} Fleisch mit dem ungewässerten Sauerkraut und den Wacholderbeeren hinzugeben und garkochen lassen, etwa noch 1 bis 1½ Std.

Abschmecken mit..... Salz.

# 8. Gerichte unter Verwendung von Wehrmachtsuppenkonserven.

## Grundgericht.

**1. Wehrmachtsuppenkonserve und frisches Rind- oder Schweinefleisch oder Dauerfleisch oder (1) Kochdauerwurst oder (2) Konservenfleisch.**

| | |
|---|---|
| Fleisch<br>etwas Salz | in kochendes Wasser geben und garkochen lassen, etwa 2 bis 3 Std. |
| 150 g Wehrmachtsuppenkonserve | zerdrücken, mit kaltem Wasser glatt rühren, unter ständigem Rühren in die kochende Fleischbrühe geben, kurz durchkochen und dann 20 Minuten garziehen lassen. |
| Abschmecken mit ... | Salz und Majoran. |
| (1) Kochdauerwurst .... | in das fertige Gericht geben, kurz durchkochen und dann garziehen, nicht mehr kochen lassen. |
| (2) Konservenfleisch .... | erst kurz vor der Essenausgabe unter das gare Gericht mengen und nur darin erwärmen, nicht mehr kochen lassen. |



## Andere Arten des Gerichts.

**2. Wehrmachtsuppenkonserve mit Kartoffeln.**

| | |
|---|---|
| Fleisch<br>etwas Salz<br>30 g frische oder 2,5—3 g getrocknete Suppenkräuter | in kochendes Wasser geben und etwa 2 Std. kochen lassen (Schweinefleisch nur 1 Std.). |
| 750 g frische oder 75 g getrocknete Kartoffeln | hinzugeben und $^3/_4$ Std. weiterkochen lassen. |
| 75 g Wehrmachtsuppenkonserve | weitere Behandlung siehe Grundgericht. |

**3. Wehrmachtsuppenkonserve mit Gemüse.**

| | |
|---|---|
| Fleisch<br>etwas Salz | in kochendes Wasser geben und etwa $1^1/_2$ Std. kochen lassen (Schweinefleisch nur $^3/_4$ Std.). |
| 600 g frisches oder 30 g getrocknetes Gemüse (Wirsing-, Weißkohl, Möhren, gelbe Rüben oder Gemischtes Gemüse) | hinzugeben und etwa 1 Std. weiterkochen lassen. |
| 75 g Wehrmachtsuppenkonserve | weitere Behandlung siehe Grundgericht. |

**4. Wehrmachtsuppenkonserve mit Sauerkraut.**

| | |
|---|---|
| 225 g frisches oder 25 g getrocknetes, vorher eingeweichtes Sauerkraut<br>einige Wacholderbeeren<br>etwa Salz | ungewässertes Sauerkraut knapp mit Wasser bedecken, mit den Wacholderbeeren zum Kochen bringen und garkochen lassen, etwa 1½ Std. |
| 75 g Wehrmachtsuppenkonserve | weitere Behandlung siehe Grundgericht. |



# 9. Gerichte unter Verwendung von Reis.

## Grundgericht.

1. **Brühreis und frisches Rind- oder Schweinefleisch oder Dauerfleisch oder (1) Kochdauerwurst oder (2) Konservenfleisch.**

| | |
|---|---|
| Fleisch<br>Salz n. Geschmack<br>30 g frische oder 2,5—3 g getr. Suppenkräuter | in kochendes Wasser geben und etwa 2½ Std. kochen lassen (Schweinefleisch nur 1½ Std.). |
| 100 g Reis..... | hinzugeben und garkochen lassen, etwa noch ½ Std. |
| Abschmecken mit ... | Salz, Sellerie und Petersilie. |
| (1) Kochdauerwurst .... | in das fertige Gericht geben, kurz durchkochen und dann garziehen, nicht mehr kochen lassen. |
| (2) Konservenfleisch .... | erst kurz vor der Essenausgabe unter das gare Gericht mengen und nur darin erwärmen, nicht mehr kochen lassen. |

## Andere Arten des Gerichts.

2. **Tomatenreis.**

Das gare Gericht ist mit Tomatenmark bis zu 50 g abzuschmecken. Statt Suppenkräuter sind Zwiebeln zu verwenden.

3. **Reis mit Gewürzgurken.**

Bis zu 50 g Gewürzgurken (etwa 1 mittelgroße Gurke) sind in Würfel zu schneiden und erst kurz vor der Essenausgabe unter das gare Gericht zu mengen, also nicht mehr zu kochen.

4. **Zwiebelreis.**

Statt Suppenkräuter sind bis zu 50 g frische oder 5 g getrocknete Zwiebeln im Gericht mitzukochen.



# 10. Gerichte unter Verwendung von Mehl.

## Grundgericht.

1. **Mehlsuppe mit Suppenkräutern und Hefeextrakt und frischem Rind- oder Schweinefleisch oder Dauerfleisch oder (1) Kochdauerwurst oder (2) Konservenfleisch.**

Fleisch
Salz nach Geschmack
30 g frische oder
2,5—3 g getrocknete
Suppenkräuter
} in kochendes Wasser geben und etwa 2½ Std. kochen lassen (Schweinefleisch nur 1½ Std.).

bis zu 100 g Mehl } kalt anrühren, unter stetem Rühren in die Fleischbrühe geben und etwa 15 Minuten langsam kochen lassen, bis das Mehl gar ist. Das Fleisch vor der Mehlzugabe herausnehmen, in Würfel schneiden und in die fertige Suppe geben.

Abschmecken mit ... Salz und Hefeextrakt.

Bemerkung: Mehlsuppen sind aus allen Mehlsorten herzustellen. Besondere Abwechslung gibt das geröstete Mehl. Eine daraus hergestellte Suppe ist recht kräftig mit Zwiebeln, Sellerie oder Majoran abzuschmecken.

(1) Kochdauerwurst in das fertige Gericht geben, kurz durchkochen und dann garziehen, nicht mehr kochen lassen.

(2) Konservenfleisch erst kurz vor der Essenausgabe unter das gare Gericht mengen und nur darin erwärmen, nicht mehr kochen lassen.

## Andere Arten des Gerichts.

### 2. Tomatensuppe.

Die fertige Mehlsuppe ist mit Tomatenmark bis zu 50 g abzuschmecken. Statt der Suppenkräuter sind Sellerie oder Zwiebeln zu verwenden.



# Anhang.

## 11. Leitsätze für die Behandlung von Gefrierfleisch.

Gefrierfleisch steht an Güte anderem frischen Fleisch nicht nach, es übertrifft es sogar meist. Es wird gefroren oder aufgetaut ausgegeben.

### 1. Verwendung von Gefrierfleisch ohne vorheriges Auftauen.

Die Schutzhüllen sind vom Gefrierfleisch zu entfernen. Das Fleisch ist kurz abzuspülen, die Viertel oder Hälften sind zu zersägen und in das kochende Wasser der Feldküche zu legen. Das Wasser muß kochend sein, damit sich das Fleisch außen schließt und ein Saftverlust vermieden wird. Darauf ist das Wiederaufkochen abzuwarten. Das Gefrierfleisch ist etwa eine halbe Stunde zu kochen, sodann ist in der weiteren Zubereitung der Speisen nach der Anweisung für das betreffende Gericht zu verfahren.

Gefrierfleisch wird genau so weiterbehandelt wie frisches Fleisch.

### 2. Auftauen des Gefrierfleisches.

Das Auftauen ist in der Regel Aufgabe der Schlächtereizüge. Wenn das Gefrierfleisch ebenso zart werden soll wie frisches Fleisch, muß es in ganzen Stücken

langsam auftauen und dann noch kurze Zeit hängen. Während des langsamen Auftauens hat das Fleisch Zeit zu reifen und wird dadurch zart und schmackhaft. Außerdem wird vermieden, daß es größere Mengen Saft verliert. Die Viertel werden beim Auftauen so aufgehängt, daß sie sich gegenseitig nicht berühren. Die Räume, in denen aufgetaut wird, sollen möglichst abgedunkelt werden.

Für Rinderviertel bewährt sich eine Auftauzeit von 4 bis 5 Tagen, für Schweinehälften 3 bis 4 Tage.

Danach soll das Fleisch 1 bis 2 Tage abhängen und möglichst schnell verbraucht werden.

Berlin, den 4. August 1938

**Oberkommando der Wehrmacht**

Im Auftrage:

Karmann.

⊛ 1784 40 2 A